

Norges Svømmeskole - Kursinfo

Kursnavn: Delfin
Sted: St.Svithun ungdomsskole
Arrangør: Stavanger Svømmeklubb
Kurstype: Delfinmerket
Dato: 03.09.2020 - 26.11.2020

Hovedinstruktør: Stavanger SK Instruktør, Hedvig Wathne, Kristine Furset

Bassengnavn: St.Svithun ungdomsskole
Adresse: Vikedalsgate 11
Sted: 4012 STAVANGER

Kontaktperson: Monica
Telefon: 51293060
Epost: kurs@stavangersvømmeklubb.no

Kurspris: 1600,00 + medlemskontingent: 300,00

Info:

Delfin er Stavanger Svømmeklubbs syvende nivå i svømmeopplæringen, og det tredje nivået i den videregående svømmeopplæringen. Kurset bygger videre på Sjøløvekurset, og dette kurset må være bestått ved påmelding til Delfinkurset. På Delfin-nivået har man fokus på å lære teknikk i bryst og butterfly. Fra Sjøløve-nivået har deltakerne fått erfaring med delfinbevegelsen, som kjennetegner både bryst og butterfly. På dette nivået skal deltakerne få mer kjennskap med svømmeteknikkene i bryst og butterfly slik at de mestrer disse grovkoordinert. I tillegg repetisjon fra tidligere nivåer. Læringsmål Kunne svømme bryst og butterfly grovkoordinert. Bassenget på St.Svithun holder er temperatur på 28-29 grader. Bassenget er 1-2,5 meter dypt.

Kursdatoer:

Torsdag 03 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 10 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 17 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 24 september 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 01 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 15 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 22 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 29 oktober 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 05 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 12 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 19 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole
Torsdag 26 november 2020	18:20 - 19:00	St.Svithun ungdomsskole